Martes 7 de enero del 2025 | Año 40 | Nº 14 775
Director (i): Carlos Salinas Guerrero

el Popular

www.elpopular.pe
S/ 1.00

SICARIO LE DISPARÓ 5 VECES EN LA CABEZA EN PRESENCIA DE LITIGANTES Y TRABAJADORES

PÁGINA 2

- Criminal llegó en moto con sus cómplices a estudio jurídico y se hizo pasar como repartidor de mensajería.
- Letrado preguntó quién lo buscaba y criminal lo acribilló.



A BALAZOS MATAN A ABOGADO EN SU OFICINA

DEZA NO PUEDE SALIR DEL PAÍS

Poder Judicial dicta medida por 9 meses contra futbolista que es investigado por tentativa de feminicidio en agravio de modelo Gabriela Alava.



CRIMEN OCURRIÓ EN LA PROPIA OFICINA DEL LETRADO EN SANTA ANITA



Asesinan a balazos a abogado

✚ Sicario ingresó a estudio jurídico con un sobre simulando ser repartidor. ✚ Cuando el hombre de leyes preguntó quién lo buscaba, le disparó cinco veces en la cabeza.

Omar Chira

● El abogado Walter Urrutia Vilca fue asesinado a balazos dentro de su estudio jurídico, en la av. José Carlos Mariátegui 277, en Santa Anita. El espeluznante crimen ocurrió a plena luz del día, cuando un sicario le descerrajó cinco disparos en la cabeza, dejando un escenario de terror en el lugar.

Según las investigaciones preliminares, dos motos se estacionaron cerca del consultorio legal Escuela de Abogados, propiedad de Urrutia.

De una de ellas bajó un hombre que simulaba ser un repartidor, llevando un sobre amarillo en las manos.

El sujeto ingresó al estudio jurídico como si nada y preguntó por el abogado. Un empleado le indicó que esperara.

Minutos después apareció Urrutia Vilca y el supuesto repartidor le preguntó directamente: "¿Es usted Walter Urrutia?". Tras la afirmación, el sicario dejó caer el sobre amarillo, sacó un arma de su cinturón y disparó sin dudar.

Cinco tiros en la cabeza acabaron con la vida del abogado.

Las personas que presenciaron el ataque se arrojaron al suelo muertas de miedo de que también les alcanzaran los proyectiles, mientras el sicario se retiraba rápidamente del lugar, subiendo a la motocicleta de su cómplice para escapar por la av. Camino Real.

AJUSTE DE CUENTAS

Los empleados del estudio jurídico intentaron asistir al abogado, pero sus esfuerzos fueron en vano, ya que Urrutia Vilca falleció al instante.

Familiares y vecinos, aún conmocionados, recordaron que hace tres semanas delincuentes detonaron un explosivo en el mismo estudio jurídico.

Este antecedente refuerza la hipótesis de la PNP, de que el crimen podría estar relacionado con un ajuste de cuentas o una extorsión. ▲

DELINCUENTES ARMADOS Y ENCAPUCHADOS

Roban grifo 2 veces



EL PRIMER ATRACO FUE EN DICIEMBRE Y EL SEGUNDO, EL DOMINGO ÚLTIMO.

● Con violencia desmedida, tres delincuentes encapuchados y armados atacaron a trabajadores de un grifo en el momento en que iban a trasladar el dinero obtenido de los últimos días de fiestas. Ocurrió en la av. Cusco, en Tablada de Lurín, en Villa María del Triunfo.

Uno de los maleantes se dirige al trabajador que ponía las bolsas de dinero en la maletera de un auto, lo tumba y rebusca sus bolsillos para llevarse también sus pertenencias.

Un cuarto hampón los esperaba a distancia en una mototaxi azul, en la que sus cómplices pusieron todo el dinero para luego darse a la fuga.

El 20 de diciembre, del mismo vehículo, bajaron dos maleantes armados y sorprendieron a los trabajadores, que contaban el dinero de la venta del día. ▲

CAMIÓN INTENTÓ GANARLE EL PASO

Tren choca con cisterna



NO HUBO HERIDOS, PERO VECINOS TEMIERON UNA EXPLOSIÓN.

● Un camión cisterna intentó ganarle a un tren y ocasionó un accidente en el distrito de Chilca, provincia de Huarochirí. El pesado vehículo fue impactado lateralmente por un tren del Ferrocarril Central Andino. El incidente ocurrió en el kilómetro 105 de la Carretera Central, causando alarma entre los conductores y transeúntes de la zona. Inicialmente, se temió una fuga de combustible inflamable como gasolina o petróleo, pero las autoridades confirmaron que el material derramado corresponde a aceite de palma. (M.P.) ▲

el Popular Martes 7 de enero del 2025 Año 40 | Nº 14.769 Director (I): Carlos Salinas Guerrero Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A. Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

DELINCUENTES PERSEGUÍAN A DOS PERSONAS DISPARANDO SIN MIRAMIENTOS

Bala perdida de sicarios mató a un mototaxista de 15 años

✚ Adolescente estaba esperando pasajeros cuando fatalidad le llegó.

Mario Palacios O.



CRIMEN DEL MENOR OCURRIÓ EN LA CALLE EN LURIGANCHO-CHOSICA.

Un adolescente de 15 años murió ayer luego de que una bala perdida le impactara mientras esperaba pasajeros en un paradero de Lurigancho-Chosica.

La tragedia ocurrió en Villa Esperanza y fue captada por cámaras de seguridad, que muestran cuando dos delincuentes en una motocicleta persiguen y disparan a dos hombres en plena vía pública.

Estos sujetos, en su intento por escapar, uno de ellos se oculta detrás de la mototaxi del menor, que estaba estacionado esperando pasajeros. Fue así que una bala perdida alcanzó al joven, que murió al instante.

Luego del espeluznante desenlace, los vecinos encontraron abandonada la motocicleta que habrían utilizado los hampones.

Se supo que el objetivo del crimen era un vecino de la zona relacionado con el control territorial de microcomercialización de drogas.

VECINOS PREOCUPADOS

Los moradores de Nueva Esperanza, que están alarmados por la creciente violencia en el lugar, acudieron a la comisaría de Jicamarca para denunciar el hecho y solicitar mayor resguardo policial. También se conoció que, en las últimas semanas, otro vecino del sector fue amenazado de muerte, lo que incrementa el temor en la comunidad.

"Hace 15 días hubo un atentado contra el presidente de nuestra asociación, el señor Javier Sicha, que está amenazado de muerte y no vemos que la Policía haga algo", dijo una vecina.

Cerca de su casa

La fatídica muerte ocurrió en la ladera del cerro anexo 8 de Nueva Esperanza. Se supo que el joven de 15 años ayudaba económicamente a su familia.

COMBI SE DESPISTÓ EN AVENIDA EN COMAS

Trece heridos en choque



ENTRE HERIDOS SE CUENTA VARIOS NIÑOS.

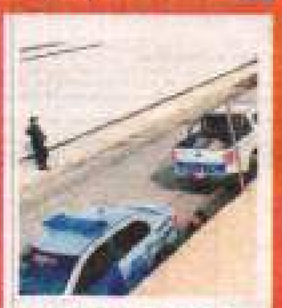
Al menos 13 personas, entre adultos y niños, terminaron heridas tras un accidente de tránsito de una combi que se despistó durante su trayecto por la zona de Collique en Comas.

Las imágenes de las cámaras de seguridad captaron el momento en que el vehículo impacta contra un taxi y, posteriormente, termina en la berma central en una cuadra de la av. Revolución, llevándose de encuentro un poste.

El chofer del vehículo, del consorcio Uvita, habría manifestado que se le vaciaron los frenos y que no pudo evitar el accidente.

Los efectivos de la comisaría de Collique que acudieron a constatar el hecho, vienen investigando si la versión del conductor es verdadera.

EN CORTO



HALLAN CUERPO CALCINADO EN EX CERVECERÍA

TRUJILLO. Un terrible hallazgo conmocionó a los moradores de la urb. El Molino, luego de que la Policía Nacional encontrara el cuerpo calcinado de un hombre dentro de las instalaciones abandonadas de la ex cervecería Pilsen Trujillo. Los agentes del orden no saben si el cuerpo fue traído ya calcinado o si lo quemaron en el mismo sitio. El lugar sirve como fumadero.



PIERDE CONTROL DE VEHÍCULO Y MUERE EN LA PISTA

PIURA. Una persona falleció luego de perder el control de su automóvil y dar varias vueltas de campana. La tragedia ocurrió el último domingo, cuando Cristhian Maza Seminario (41) regresaba a su casa en el distrito de Castilla. El hombre perdió el control de su unidad, que terminó a un lado de la vía dando varias vueltas de campana. El fuerte impacto causó su muerte instantánea.



VEHÍCULO SE PRECIPITÓ POR UNA PENDIENTE EN CURVA EN SAN MIGUEL.

CAUSA FUE MAL ESTADO DE CARRETERA Y LLUVIAS

Camioneta cae al abismo y chofer se salva de milagro

LA LIBERTAD. Pudo terminar en desgracia. Una camioneta se despistó y cayó por una pendiente en la provincia de Pataz.

El conductor se salvó de morir tras perder el control del vehículo en la peligrosa subida de las curvas en San Miguel, en el anexo de Changual, aunque resultó herido.

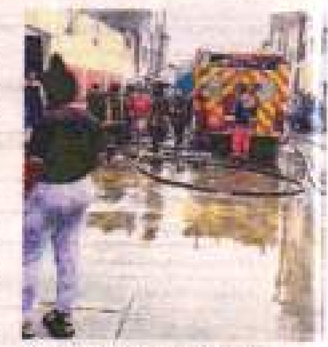
Los lugareños dijeron que los otros ocupantes de la camioneta habían bajado previamente debido al riesgo de la maniobra, lo que evitó lesiones o fatalidades.

El conductor de la camioneta tiene heridas múltiples, por lo que fue trasladado de emergencia al centro de salud de la zona.

Según el reportero de Canal N, estos accidentes se vienen registrando con frecuencia debido al mal estado de las carreteras, como resultado de las intensas lluvias que se vienen registrando en los últimos días y la poca atención de las autoridades al problema. (M.P.)

CINCO FAMILIAS LO PERDIERON TODO EN EL CALLAO

Incendio los deja sin casa



LLAMAS CONSUMIERON VIVIENDAS.

Un cohete que impactó en un bloque de maderas causó un incendio de grandes proporciones en el Callao, dejando cinco familias en la calle, luego que el fuego consumiera sus casas.

El siniestro consumió varias viviendas del jirón Nicolás de Piérola, obligando a que el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú desplegara 10 unidades al lugar para controlar las llamas y evitar que alcancen más predios.

Según las primeras evaluaciones, las pérdidas materiales son considerables, aunque no se reportaron víctimas mortales hasta el cierre de edición. "No saqué nada de ropa, mi casa y la de mi hermano quedaron destruidas", lamentó uno de los vecinos afectados.

UNION PERUANA DE PRODUCTORES FONOGRAFICOS - UNIMPRO

Sociedad de Gestión Colectiva autorizada por la hoy Dirección de Derecho de Autor del INDECOPI, mediante Resolución Nº0000172-2001/ODA-INDECOPI y Resolución Nº001219-2019/ODA-INDECOPI

ANEXO 1-B

RESUMEN DEL REGLAMENTO GENERAL DE TARIFAS

ANEXO 01-B.1 COMUNICACIÓN AL PÚBLICO DE VIDEOCLIPS MUSICALES EN ESTABLECIMIENTOS ABIERTOS AL PÚBLICO, INCLUYE VEHÍCULOS, AERONAVES, TRENES, EMBARCACIONES Y SIMILARES (1)					
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	Tarifa V.U.M x Incidencia Musical X Aforo X Horas al mes X Categoría X Medio de Uso				
Para obtener la tarifa, se deberá multiplicar el valor porcentual del V.U.M por los valores que corresponden a las columnas (a), (b), (c), (d), y (e). Si el resultado del cálculo resulta inferior a las tarifas mínimas señaladas en cada sección de acuerdo con la incidencia musical, se aplicarán los mínimos establecidos, los cuales no están sujetos a ningún descuento.					
CLASIFICACIÓN	A	B	C	D	E
	% VUM	Aforo o capacidad local	Horas de sonorización	Categoría según IMD	Medio de uso
A. MÚSICA INDISPENSABLE: Es la utilizada en Discotecas y establecimientos similares donde la música resulte indispensable para el rubro o giro del establecimiento. **Tarifa Mínima: 100 V.U.M**	100% V.U.M	Según Declaración Jurada del conductor del local y/o verificación de UNIMPRO. Si el local cuenta con ubicaciones o plazas se aplicará el aforo sobre el 25% de las mismas, se adicionará al aforo la pista de bailes o el metraje del espacio donde circulan las personas.	Según Declaración Jurada del conductor del local sujeto a verificación de UNIMPRO	1era 0.30 2da 0.27 3era 0.24 4ta 0.21 5ta 0.18	Equipo reproductor de sonidos e imágenes 0.03
B. MÚSICA NECESARIA: Es la utilizada en Bares, Pub y similares. **Tarifa Mínima: 50 V.U.M**	80% V.U.M				
B. MÚSICA SECUNDARIA: Es la utilizada en restaurantes, tiendas por departamentos, tiendas de abarrotes, cines, terminales de transporte, taxis, buses, trenes, aviones, embarcaciones, casinos, salas de juego, salones de belleza y similares. **Tarifa Mínima: 15 V.U.M**	33% V.U.M				

ANEXO 01-B.2 COMUNICACIÓN AL PÚBLICO DE VIDEOCLIPS EN ESTABLECIMIENTOS HOTELEROS, DE HOSPEDAJE Y SIMILARES

Tarifa de Hoteles, Hostales, Hospedajes y Similares

	Estrellas	Tarifa por habitación US$
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	5	1.00
	4	0.75
	3	0.50
	1 y 2	0.25

DESCUENTOS APLICABLES: Serán aplicables los descuentos establecidos para la comunicación al público de fonogramas en lo que fuera pertinente.

Nota: Las condiciones de licenciamiento, limitaciones, forma de cálculo de la tarifa, obligaciones, penalidades se encuentran publicadas en la página de UNIMPRO.

ANEXO 2

RESUMEN DEL REGLAMENTO DE TARIFAS DE BAILES

2-A TARIFA POR EVENTO	BAILES EN LUGARES O ESPACIOS ESPECIALMENTE ACONDICIONADOS PARA DICHO FIN, ORGANIZADOS POR PERSONAS NATURALES Y/O JURÍDICAS, INCLUYEN EVENTOS CORPORATIVOS PARA LA PROMOCIÓN DE IMAGEN, PERSONAL, PUBLICIDAD Y SIMILARES.		
MODALIDAD	Tarifa	Base de Cálculo	Base de Cálculo
	%	Ingreso/Inversión	Penalidad
2.A.1 Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de fonogramas	8.0%	De los ingresos por admisión taquilla o cualquier tipo de condicionamiento para permitir el acceso al lugar, tales como consumo mínimo, invitación, (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares) etc. y/o en caso no contar con ingresos, el valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). Según Declaración Jurada del usuario, sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	En caso el organizador no preste las facilidades para efectuar el cálculo de la tarifa, UNIMPRO como penalidad, procederá a calcular la tarifa en función del precio de las entradas publicado y al aforo total del lugar o del total de entradas puestas a la venta. En caso el cálculo fuera por inversión, se aplicará como penalidad el doble de la tarifa establecida en el 2.A.5 al 2.A.8, de acuerdo a uso exclusivo o parcial del fonograma o videoclips musical
2.A.2 Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de videoclips musicales	8.0%		
2.A.3 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de fonogramas	4.0%		
2.A.4 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de videoclips musicales	4.0%		
Tarifa Mínima			
2.A.5 Uso exclusivo de fonogramas	NA	15 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	No aplica aforo de defensa civil. El aforo en metros cuadrados será verificado por UNIMPRO
2.A.6 Uso exclusivo de videoclips musicales		15 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	
2.A.7 Uso parcial de fonogramas		7.5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	
2.A.8 Uso parcial de videoclips musicales		7.5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	

2-B TARIFA POR EVENTO	BAILES CON ALMUERZOS, CENAS, COCTELES, CONFERENCIAS, CONVERSATORIOS, TALLERES, FULLDAYS, EVENTOS DE INTEGRACIÓN, GRADUACIONES, ANIVERSARIOS INSTITUCIONALES, EVENTOS PROTOCOLARES DE ENTIDADES PÚBLICAS Y SIMILARES.		
MODALIDAD	Tarifa	Base de Cálculo	Base de Cálculo
	%	Ingreso/Inversión	Penalidad
2.B.1: Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de fonogramas.	6.0%	De los ingresos por admisión taquilla o cualquier tipo de condicionamiento para permitir el acceso al lugar, tales como consumo mínimo, invitación, (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares)etc. y/o en caso no contar con ingresos, el valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). Según Declaración Jurada del usuario, sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	En caso el organizador no preste las facilidades para efectuar el cálculo de la tarifa, UNIMPRO como penalidad, procederá a calcular la tarifa en función del precio de las entradas publicado y al aforo total del lugar o del total de entradas puestas a la venta. En caso el cálculo fuera por inversión, se aplicará como penalidad el doble de la tarifa establecida en el 2.B.5 al 2.B.8, de acuerdo a uso exclusivo o parcial del fonograma o videoclips musical
2.B.2: Con o sin obtención de ingreso y uso exclusivo de videoclips musicales.	6.0%		
2.B.3: Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de fonogramas.	3.0%		
2.B.4: Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de videoclips musicales	3.0%		
Tarifa Mínima			
2.B.5 Uso exclusivo de fonogramas	NA	10 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	No aplica aforo de defensa civil. El aforo en metros cuadrados será verificado por UNIMPRO
2.B.6 Uso exclusivo de videoclips musicales		10 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	
2.B.7 Uso parcial de fonogramas		5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	
2.B.8 Uso parcial de videoclips musicales		5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	

2-C TARIFA POR EVENTO	BAILES EN CON CELEBRACIONES FAMILIARES, TALES COMO CUMPLEAÑOS, ANIVERSARIOS FAMILIARES, BAUTIZOS, BODAS, QUINCEAÑEROS Y OTROS EVENTOS FAMILIARES CELEBRADOS FUERA DEL ÁMBITO DOMÉSTICO		
MODALIDAD	Tarifa	Base de Cálculo	Base de Cálculo
	%	Inversión	Penalidad
2C.1: Uso exclusivo de fonogramas Tarifa Mínima: 5 V.U.M por aforo en metros cuadrados	5.0%	Del valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). De acuerdo a la declaración jurada del Usuario sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	Si el precio establecido en los contratos no guarda relación o es inferior a más del 10% con el precio del mercado, UNIMPRO como penalidad aplicará precio de mercado de acuerdo con los últimos cinco (05) contratos que se hubieran celebrado o fueran entregados por otros usuarios con condiciones de uso similares.
2C.2: Uso exclusivo de videoclips musicales Tarifa Mínima: 5 V.U.M por aforo en metros cuadrados.	5.0%		
2.C.3: Uso parcial de fonogramas Tarifa Mínima: 2.5 V.U.M por aforo en metros cuadrados.	2.5%		
2.C.4: Uso parcial de videoclips musicales Tarifa Mínima: 2.5 V.U.M por aforo en metros cuadrados.	2.5%		

2-D TARIFA POR EVENTO	FIESTAS INFANTILES (1-13 AÑOS) EN LOCALES, RESTAURANTES, CLUBES Y CENTROS DE ESPARCIMIENTO		
MODALIDAD	CAPACIDAD DE	CAPACIDAD HASTA	TARIFA A APLICAR
Cumpleaños Infantiles	1	50	80 VUM
	51	100	100 VUM
	101	150	150 VUM
	151	200	200 VUM
	201	300	300 VUM
	301	400	400 VUM
	401	500	500 VUM
	501	600	600 VUM
	601	700	700 VUM
	701	800	800 VUM
Esta tarifa se aplica por asistencia, considerando tanto niños como los padres o acompañantes, así sólo declaren los niños, siempre considerará como mínimo un (01) acompañante.			

2-E TARIFA POR EVENTO	FIESTAS DE FIN DE AÑO, BAILES ANUALES, FIESTAS DE NAVIDAD, CENAS DE FIN DE AÑO, CELEBRACIONES TALES COMO CANCIÓN CRIOLLA, HALLOWEEN, FIESTAS CONMEMORATIVAS Y EVENTOS NACIONALES Y/O REGIONALES		
MODALIDAD	Tarifa	Base de Cálculo	Base de Cálculo
	%	Ingreso/Inversión	Penalidad
2.E.1: Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de fonogramas	10.0%	De los ingresos por admisión taquilla o cualquier tipo de condicionamiento para permitir el acceso al lugar, tales como consumo mínimo, invitación, (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares)etc. y/o en caso no contar con ingresos, el valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). Según Declaración Jurada del usuario, sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	En caso el organizador no preste las facilidades para efectuar el cálculo de la tarifa, UNIMPRO como penalidad, procederá a calcular la tarifa en función del precio de las entradas publicado y al aforo total del lugar o del total de entradas puestas a la venta. En caso el cálculo fuera por inversión, se aplicará como penalidad el doble de la tarifa establecida en el 2.E.5 al 2.E.8, de acuerdo a uso exclusivo o parcial del fonograma o videoclips musical
2.E.2: Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de videoclips musicales	10.0%		
2.E.3 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de fonogramas	5.0%		
2.E.4 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de videoclips musicales	5.0%		
Tarifa Mínima			
2.E.5 Uso exclusivo de fonogramas	NA	18 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	No aplica aforo de defensa civil. El aforo en metros cuadrados será verificado por UNIMPRO
2.E.6 Uso exclusivo de videoclips musicales		18 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	
2.E.7 Uso parcial de fonogramas		9 V.U.M. por aforo en metros cuadrados	
2.E.8 Uso parcial de videoclips musicales		9 V.U.M. por aforo en metros cuadrados	

CONDICIONES DE LOS DESCUENTOS APLICABLES: Para la aplicación de descuentos, el usuario deberá haberlos solicitado expresamente en su declaración jurada. UNIMPRO antes de acceder al descuento aplicable verificará el cumplimiento previo de los supuestos o condiciones, otorgando el beneficio en la liquidación final. Los descuentos no han sufrido ningún tipo de modificación desde la última publicación del tarifario para el rubro de Bailes y son aplicables a la comunicación al público de videoclips musicales. Para mayor detalle consulta página de UNIMPRO.

Nota: Las condiciones de licenciamiento, limitaciones, penalidades, forma de cálculo de la tarifa, obligaciones, penalidades se encuentran publicadas en la página de UNIMPRO.

ANEXO 3

RESUMEN DEL REGLAMENTO DE TARIFAS DE ESPECTÁCULOS

3-A TARIFA POR EVENTO	MEGACONCIERTOS, CONCIERTOS, RECITALES, FESTIVALES, VARIEDADES, REVISTAS, FANS FEST, SHOW MUSICALES EN ESTADIOS, COLISEOS, ANFITEATROS, TEATROS, CLUBS, SHOWS Y SIMILARES, ASÍ COMO ESPECTÁCULOS MUSICALES PARA PROMOCIÓN DE PRODUCTOS O SERVICIOS, MARCAS, IMAGEN CORPORATIVA E INSTITUCIONAL.		
MODALIDAD	Tarifa	Base de Cálculo	Base de Cálculo
	%	Ingreso/Inversión	Penalidad
3.A.1: Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de fonogramas	8.0%	De los ingresos por admisión taquilla o cualquier tipo de condicionamiento para permitir el acceso al lugar, tales como consumo mínimo, invitación, (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares)etc. y/o en caso no contar con ingresos, el valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). Según Declaración Jurada del usuario, sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	En caso el organizador no preste las facilidades para efectuar el cálculo de la tarifa, UNIMPRO como penalidad, procederá a calcular la tarifa en función del precio de las entradas publicado y al aforo total del lugar o del total de entradas puestas a la venta. En caso el cálculo fuera por inversión, se aplicará como penalidad el doble de la tarifa establecida en el 3.A.5 al 3.A.8, de acuerdo a uso exclusivo o parcial del fonograma o videoclips musical
3.A.2: Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de videoclips musicales	8.0%		
3.A.3: Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de fonogramas	4.0%		
3.A.4: Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de videoclips musicales	4.0%		
Tarifa Mínima			
3.A.5 Uso exclusivo de fonogramas	NA	15 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	No aplica aforo de defensa civil. El aforo en metros cuadrados será verificado por UNIMPRO.
3.A.6 Uso exclusivo de videoclips musicales		15 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	
3.A.7 Uso parcial de fonogramas		7.5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	
3.A.8 Uso parcial de videoclips musicales		7.5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados y/o ubicaciones o plazas	

3-B TARIFA POR EVENTO	TEATRO, ESPECTÁCULOS DE BALLET, DANZA, MUSICALES, ESPECTÁCULOS SOBRE HIELO, ELECCIÓN, CIRCOS, PRESENTACIONES INDIVIDUALES DE IMITADORES, MAGOS, MALABARISTAS, PAYASOS Y SIMILARES, CORONACIÓN DE REINAS DE BELLEZA, DESFILES DE MODAS, FESTIVALES Y/O CONGREGACIÓN DE PÚBLICO CON USO DE FONOGRAMAS EN FORMA DIRECTA O SINCRONIZADA CON IMÁGENES.		
MODALIDAD	Tarifa	Base de Cálculo	Base de Cálculo
	%	Ingreso/Inversión	Penalidad
3.B.1: Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de fonogramas	5.0%	De los ingresos por admisión taquilla o cualquier tipo de condicionamiento para permitir el acceso al lugar, tales como consumo mínimo, invitación, (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares)etc. y/o en caso no contar con ingresos, el valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). Según Declaración Jurada del usuario, sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	En caso el organizador no preste las facilidades para efectuar el cálculo de la tarifa, UNIMPRO como penalidad, procederá a calcular la tarifa en función del precio de las entradas publicado y al aforo total del lugar o del total de entradas puestas a la venta. En caso el cálculo fuera por inversión, se aplicará como penalidad el doble de la tarifa establecida en el 3.B.5 al 3.B.8, de acuerdo a uso exclusivo o parcial del fonograma o videoclips musical
3.B.2: Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de videoclips musicales	5.0%		
3.B.3 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de fonogramas	2.5%		
3.B.4 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de videoclips musicales	2.5%		
Tarifa Mínima			
3.B.5 Uso exclusivo de fonogramas	NA	5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	No aplica aforo de defensa civil. El aforo en metros cuadrados será verificado por UNIMPRO.
3.B.6 Uso exclusivo de videoclips musicales		5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	
3.B.7 Uso parcial de fonogramas		2.5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	
3.B.8 Uso parcial de videoclips musicales		2.5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	

3-C TARIFA POR EVENTO	ALMUERZOS, CENAS, COCTELES, CONFERENCIAS, CONVERSATORIOS, TALLERES, FULLDAYS, EVENTOS DE INTEGRACIÓN, GRADUACIONES, ANIVERSARIOS INSTITUCIONALES Y SIMILARES CON ESPECTÁCULOS.		
MODALIDAD	Tarifa	Base de Cálculo	Base de Cálculo
	%	Ingreso/Inversión	Penalidad
3.C.1: Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de fonogramas.	6.0%	De los ingresos por admisión taquilla o cualquier tipo de condicionamiento para permitir el acceso al lugar, tales como consumo mínimo, invitación, (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares)etc. y/o en caso no contar con ingresos, el valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (Licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). Según Declaración Jurada del usuario, sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	En caso el organizador no preste las facilidades para efectuar el cálculo de la tarifa, UNIMPRO como penalidad, procederá a calcular la tarifa en función del precio de las entradas publicado y al aforo total del lugar o del total de entradas puestas a la venta. En caso el cálculo fuera por inversión, se aplicará como penalidad el doble de la tarifa establecida en el 3.C.5 al 3.C.8, de acuerdo a uso exclusivo o parcial del fonograma o videoclips musical
3.C.2: Con obtención de ingresos y uso exclusivo de videoclips musicales.	6.0%		
3.C.3: Con obtención de ingresos y uso parcial de fonogramas.	3.0%		
3.C.4: Con obtención de ingresos y uso parcial de videoclips musicales	3.0%		

Tarifa Mínima			
3.C.5 Uso exclusivo de fonogramas	NA	8 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	No aplica aforo de defensa civil. El aforo en metros cuadrados sera verificado por UNIMPRO
3.C.6 Uso exclusivo de videoclips musicales		8 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	
3.C.7 Uso parcial de fonogramas		4 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	
3.C.8 Uso parcial de videoclips musicales		4 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	

3.D TARIFA POR EVENTO	FERIAS, RIFAS, BINGOS, KERMESES Y SIMILARES		
MODALIDAD	Tarifa %	Base de Cálculo: Ingresos/ Inversion	Base de Cálculo: Penalidad
3.D.1 Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de fonogramas	2.5%	De los ingresos por admisión: taquilla, colaboración, entrada, ticket, donación o cualquier tipo de condicionamiento para permitir el acceso al lugar, tales como consumo mínimo, invitación, (licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares)etc, y/o en caso no contar con ingresos , el valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). Según Declaración Jurada del usuario, sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	En caso el organizador no preste las facilidades para efectuar el cálculo de la tarifa, UNIMPRO como penalidad, procederá a calcular la tarifa en función del precio de las entradas publicado y el aforo total del lugar o del total de entradas puestas a la venta. En caso el cálculo fuera por inversión, se aplicará como penalidad el doble de la tarifa establecida en el 3.D.5 al 3.D.8, de acuerdo a uso exclusivo o parcial del fonograma o videoclip musical
3.D.2 Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de videoclips musicales	2.5%		
3.D.3 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de fonogramas	1.25%		
3.D.4 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de videoclips musicales	1.25%		
Tarifa Mínima			
3.D.5 Uso exclusivo de fonogramas	NA	6 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	No aplica aforo de defensa civil. El aforo en metros cuadrados sera verificado por UNIMPRO
3.D.6 Uso exclusivo de videoclips musicales		6 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	
3.D.7 Uso parcial de fonogramas		3 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	
3.D.8 Uso parcial de videoclips musicales		3 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	

3.F TARIFA POR EVENTO	EVENTOS DEPORTIVOS, CONFERENCIAS, MITINES, DESFILES, CORSOS, PROCESIONES, PELEA DE GALLOS, CORRIDA DE TOROS, EVENTOS COSTUMBRISTAS, CABALLOS DE PASO, SEMINARIOS, PARRILLADAS, ACTOS PROTOCOLARES EFECTUADOS POR ENTIDADES PUBLICAS.		
MODALIDAD	Tarifa %	Base de Cálculo: Ingresos/Inversion	Base de Cálculo: Penalidad
3.F.1 Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de fonogramas	1.0%	De los ingresos por admisión: taquilla, colaboración, entrada, ticket, donación o cualquier tipo de condicionamiento para permitir el acceso al lugar, tales como consumo mínimo, invitación, (licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares)etc, y/o en caso no contar con ingresos, el valor del contrato de alquiler de local, lugar, espacio, equipo de audio y sonido, DJ y contrato de servicio de consumiciones (licor, bebidas, comida, cocteles, todo incluido y similares). Según Declaración Jurada del usuario, sujeto a verificación de UNIMPRO. Los valores establecidos en los contratos deben estar acordes al precio del mercado.	En caso el organizador no preste las facilidades para efectuar el cálculo de la tarifa, UNIMPRO como penalidad, procederá a calcular la tarifa en función del precio de las entradas publicado y el aforo total del lugar o del total de entradas puestas a la venta. En caso el cálculo fuera por inversión, se aplicará como penalidad el doble de la tarifa establecida en el 3.F.5 al 3.F.8, de acuerdo a uso exclusivo o parcial del fonograma o videoclip musical
3.F.2 Con o sin obtención de ingresos y uso exclusivo de videoclips musicales	1.0%		
3.F.3 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de fonogramas	0.50%		
3.F.4 Con o sin obtención de ingresos y uso parcial de videoclips musicales	0.50%		
Tarifa Mínima			
3.F.5 Uso exclusivo de fonogramas	NA	3 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	No aplica aforo de defensa civil. El aforo en metros cuadrados sera verificado por UNIMPRO
3.F.6 Uso exclusivo de videoclips musicales		3 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	
3.F.7 Uso parcial de fonogramas		1.5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	
3.F.8 Uso parcial de videoclips musicales		1.5 V.U.M. por aforo en metros cuadrados o plazas	

CONDICIONES DE LOS DESCUENTOS APLICABLES: Para la aplicación de descuentos, el usuario deberá haberlos solicitado expresamente en su declaración jurada. UNIMPRO antes de acceder al descuento aplicable verificará el cumplimiento previo de los supuestos o condiciones, otorgando el beneficio en la liquidación final. Los descuentos no han sufrido ningun tipo de modificación desde la última publicación del tarifario para el rubro de [illegible] y son aplicables a la comunicación al público de videoclips musicales. Para mayor detalle consulta página de UNIMPRO.

Nota: Las condiciones de licenciamiento, limitaciones, penalidades, forma de cálculo de la tarifa, obligaciones, penalidades se encuentran publicadas en la pagina de UNIMPRO.

ANEXO 5-B
TARIFAS DE COMUNICACIÓN PÚBLICA DE VIDEOCLIPS PARA LOS ORGANISMOS DE RADIODIFUSIÓN TELEVISIVA

TARIFA BRUTA:	1.50%	La determinación de las tarifas para los organismos de radiodifusión televisiva de señal abierta, está en función a los ingresos por venta de publicidad a los anunciantes, los cuotas de abonados, concesiones, alquileres de espacio o similares sean obtenido por parte del propio organismo de radiodifusión o a través de sus comercializadoras, con la sola deducción del Impuesto General a las Ventas (IGV).

ESCALONAMIENTO TARIFARIO AÑO 2025:

CATEGORIA	% MUSICA	DSCTO x CATEG.	PROD. Y VTAS	PRONTO PAGO	TARIFA NETA	TARIFA MINIMA
A	MÁS DE 50%	45%	10%	10%	0.675%	220 VUM
B	HASTA 50%	55%	10%	10%	0.450%	140 VUM

Los usuarios que efectúen su declaración de ingresos y realicen el pago del total de la factura incluida la detracción, dentro de los 20 días calendarios siguientes al mes de uso de la música, tendrán un descuento por pronto pago ascendente al 10% del importe de la tarifa vigente.
Las Tarifas Mínimas son aplicables siempre que no existan ingresos o cuando del resultado de aplicar las tarifas vigentes, estos ingresos son menores a los mínimos establecidos para cada categoría. En el caso de Tarifas Mínimas no aplican descuentos.
Queda excluido de este escalonamiento tarifario el Webcasting no interactivo y/o interactivo y/o cualquier otra forma de explotación que requiera en su transmisión o retransmisión la reproducción permanente o temporal, total o parcial de los fonogramas del repertorio de UNIMPRO, los cuales se encuentran regulados en el Tarifario General como explotaciones en el Entorno Digital, los cuales requieren necesariamente de la autorización previa y por escrito de UNIMPRO en los términos del artículo 37° del Decreto Legislativo N° 822.
La tarifa mínima se aplicará por cada señal emitida.

ANEXO 6-B
TARIFAS DE COMUNICACIÓN PÚBLICA DE VIDEOCLIPS MUSICALES PARA OPERADORES DE CABLE COAXIAL Y SATELITAL

La determinación de las tarifas para los operadores de cable coaxial y/o satelital está en función a los ingresos facturados a sus abonados con la sola deducción del Impuesto General a las Ventas (IGV).

TARIFA BRUTA: 1.50% DE LOS INGRESOS FACTURADOS POR ABONADOS

ESCALONAMIENTO TARIFARIO AÑO 2025:

AÑO	TARIFA BRUTA	DESC. VENTAS 24%	DESC. PRODUCCION 30%	DESC. CONTRATO (VARIABLE) S/. 10%	TARIFA NETA	TARIFA MINIMA
2025	1.34%	1.02%	0.71%	52.30%	0.34%	150 VUM (1)

Los usuarios que efectúen su declaración de ingresos y realicen el pago de total de la factura (incluida la detracción) dentro de los 20 días calendarios siguientes al mes de uso de la música, tendrán un descuento por pronto pago ascendente al 12% del importe de la tarifa vigente.
Las Tarifas Mínimas son aplicables siempre que no existan ingresos o cuando del resultado de aplicar las tarifas vigentes, estos ingresos son menores a los mínimos establecidos para cada categoría. En el caso de las Tarifas Mínimas no aplican los descuentos por pronto pago.
(1) Tarifa Mínima de Cable Coaxial y Satelital: 150 VUM por cada señal retransmitida.
Queda excluido de este escalonamiento tarifario el Webcasting no interactivo y/o interactivo y/o cualquier otra forma de explotación que requiera en su transmisión o retransmisión la reproducción permanente o temporal, total o parcial de los fonogramas del repertorio de UNIMPRO, los cuales se encuentran regulados en el Tarifario General como explotaciones en el Entorno Digital, los cuales requieren necesariamente de la autorización previa y por escrito de UNIMPRO en los términos del artículo 37° del Decreto Legislativo N° 822.

ENTORNO DIGITAL						
ANEXO 6-A						
La tarifa contenida en el Anexo 6-A es fruto de un acuerdo con la Sociedad Nacional de Radio y Televisión (SNRTV)						
6.A.1	TARIFA DE TRANSMISION SIMULTANEA E INALTERADA DE SEÑALES DE RADIODIFUSIÓN TELEVISIVA VIA INTERNET CONTENIENDO FONOGRAMAS (1)					
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	1.10%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos por publicidad, suscripciones, abonados, pago por alojamiento de link, concesiones, subvenciones, alquiler de espacios, canjes y en general cualquier otro ingreso del radiodifusor o terceros que comercialicen la publicidad, suscripciones, abonados, etcétera.				
Categoría	Presencia Musical	Descuentos por: Categoría	Descuentos por: Gastos de Producción y Ventas	Tarifa Neta	Tarifa Mínima	
A	Más del 50%	50%	35%	0.88%	US$ 100.00	
B	Hasta el 50%	55%	35%	0.44%	US$ 50.00	
6.A.2	TARIFAS POR WEBCASTING NO INTERACTIVO					
6.A.2.1	TRANSMISIÓN DE FONOGRAMAS PARA AMBIENTACIÓN DE SITIO WEB (2)					
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	5.0%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos por publicidad, auspicios, cuotas de abonados o suscriptores, alquiler de espacios, canjes, concesiones, subvenciones, pago por alojamiento de link, así como cualquier importe directo o indirecto que perciban los usuarios, siendo la presente enumeración enunciativa y no limitativa ni exhaustiva.				
CATEGORIA	TARIFA BRUTA	% MUSICA	DESCUENTO POR CONVENIO	TARIFA NETA		
A	5%	MÁS DE 50%	45%	2.8%		
B	5%	HASTA 50%	60%	2.0%		
6.A.2.2	TRANSMISIÓN DE FONOGRAMAS SINCRONIZADOS EN PRODUCTOS AUDIOVISUALES NO INTERACTIVO (3)					
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	5.0%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos facturados por concepto de publicidad, auspicios, cuotas de abonados o suscriptores, alquiler de espacios, canjes, concesiones, subvenciones, pago por alojamiento de link, así como cualquier importe directo o indirecto que perciban los usuarios, siendo la presente enumeración enunciativa y no limitativa ni exhaustiva.				
CATEGORIA	TARIFA BRUTA	% MÚSICA	DESCUENTO POR CONVENIO	TARIFA NETA		
A	5%	MÁS DE 50%	45%	2.8%		
B	5%	HASTA 50%	60%	2.0%		

Tarifa Mínima Mensual Tarifa 6.A.2.1		
Organización Empresarial	Moneda	Tarifa Mensual US$
Grandes y Medianas Empresas	US$ dólares americanos	60
Pequeñas Empresas	US$ dólares americanos	35
Micro Empresas	US$ dólares americanos	25
Páginas personales, músicos, artistas	US$ dólares americanos	15

Tarifa Mínima Mensual Tarifa 6.A.2.2		
Organización Empresarial	Moneda	Tarifa Mensual
Grandes y Medianas Empresas	US$ dólares americanos	100
Pequeñas Empresas	US$ dólares americanos	80
Micro Empresas	US$ dólares americanos	60
Páginas personales, músicos, artistas	US$ dólares americanos	30

6.A.3	TARIFAS POR WEBCASTING INTERACTIVO			
6.A.3.1	TRANSMISIÓN DE FONOGRAMAS SINCRONIZADOS EN PRODUCTOS AUDIOVISUALES NO INTERACTIVO SOBRE INGRESOS POR PUBLICIDAD, AUSPICIOS, ALQUILER DE ESPACIOS Y SIMILARES(4)			
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	6.0%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos facturados por concepto de publicidad, auspicios, cuotas de abonados o suscriptores, alquiler de espacios, canjes, concesiones, subvenciones, pago por alojamiento de link, así como cualquier importe directo o indirecto que perciban los usuarios, siendo la presente enumeración enunciativa y no limitativa ni exhaustiva.		
CATEGORIA	TARIFA BRUTA	% MÚSICA	DESCUENTO POR CONVENIO	TARIFA NETA
A	6%	MÁS DE 50%	45%	3.2%
B	6%	HASTA 50%	60%	2.4%
6.A.3.2	TRANSMISIÓN DE FONOGRAMAS SINCRONIZADOS EN PRODUCTOS AUDIOVISUALES NO INTERACTIVO SOBRE INGRESOS POR SUSCRIPCIONES, ABONADOS Y SIMILARES(4)			
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	6.0%	Corresponde a un porcentaje de todos los ingresos por concepto de cuota de abonados o suscriptores sea comercializadora por su propio radiodifusor o por terceros.		
CATEGORIA	TARIFA BRUTA	% MÚSICA	DESCUENTO POR CONVENIO	TARIFA NETA
A	6%	MÁS DE 50%	45%	3.3%
B	6%	HASTA 50%	60%	2.4%

Tarifa Mínima Mensual para Tarifa 6.A.3.1 y 6.A.3.2		
Organización Empresarial	Moneda	Tarifa Mensual
Grandes y Medianas Empresas	US$ dólares americanos	200
Pequeñas Empresas	US$ dólares americanos	150
Micro Empresas	US$ dólares americanos	100

Nota 1: Las formas de explotación, las condiciones de licenciamiento, limitaciones, penalidades, forma de cálculo de la tarifa, obligaciones de las partes, exclusiones pueden ser consultadas en la página de UNIMPRO y en el Reglamento General de Tarifas.

Nota 2: Las tarifas mínimas establecidas en el presente Anexo 6-A, serán aplicables por cada señal transmitida, retransmitida y/o emitida.

Nota 3: La Tarifa no incluye IGV y la tarifa mínima no está sujeta a ningún descuento.

ENTORNO DIGITAL

ANEXO 8-B

8.B.1	TARIFA DE TRANSMISIÓN SIMULTÁNEA E INALTERADA DE SEÑALES DE RADIODIFUSIÓN TELEVISIVA VÍA INTERNET CONTENIENDO VIDEOCLIPS MUSICALES (1)	
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	1.2%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos facturados por concepto de publicidad, auspicios, cuotas de abonados o suscriptores, alquiler de espacios, canjes, concesiones, subvenciones, pago por alojamiento de link, así como cualquier ingreso directo o indirecto que perciban los usuarios, siendo la presente enumeración enunciativa y no limitativa ni exhaustiva. En caso la página, aplicativo fuera gratuito pero sea ofrecido como parte de un paquete de contratación de telefonía, internet o cable coaxial o satelital, se deberá considerar como base para la aplicación de la tarifa un valor referencial del costo del aplicativo en el mercado.

Categoría	Presencia Musical	Descuentos por: Categoría	Descuentos por: Gastos de Producción y Ventas	Tarifa Neta	Tarifa Mínima
A	Más del 50%	10%	35%	0.80%	US$ 100.00
B	Hasta el 50%	50%	30%	0.44%	US$ 50.00

8.B.2	TARIFAS POR WEBCASTING NO INTERACTIVO	
8.B.2.1	TRANSMISIÓN DE VIDEOCLIPS MUSICALES PARA AMBIENTACIÓN DE SITIO WEB (2)	
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	5.0%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos facturados por concepto de publicidad, auspicios, cuotas de abonados o suscriptores, alquiler de espacios, canjes, concesiones, subvenciones, pago por alojamiento de link, así como cualquier ingreso directo o indirecto que perciban los usuarios, siendo la presente enumeración enunciativa y no limitativa ni exhaustiva. En caso la página, aplicativo fuera gratuito pero sea ofrecido como parte de un paquete de contratación de telefonía, internet o cable coaxial o satelital, se deberá considerar como base para la aplicación de la tarifa un valor referencial del costo del aplicativo en el mercado.

CATEGORÍA	TARIFA BRUTA	% MÚSICA	DESCUENTO POR CONVENIO	TARIFA NETA
A	5%	MÁS DE 50%	45%	2.8%
B	5%	HASTA 50%	60%	2.0%

8.B.2.2	TRANSMISIÓN DE VIDEOCLIPS MUSICALES SINCRONIZADOS EN PRODUCTOS AUDIOVISUALES NO INTERACTIVO (3)	
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	5.0%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos facturados por concepto de publicidad, auspicios, cuotas de abonados o suscriptores, alquiler de espacios, canjes, concesiones, subvenciones, pago por alojamiento de link, así como cualquier ingreso directo o indirecto que perciban los usuarios, siendo la presente enumeración enunciativa y no limitativa ni exhaustiva. En caso la página, aplicativo fuera gratuito pero sea ofrecido como parte de un paquete de contratación de telefonía, internet o cable coaxial o satelital, se deberá considerar como base para la aplicación de la tarifa un valor referencial del costo del aplicativo en el mercado.

CATEGORÍA	TARIFA BRUTA	% MÚSICA	DESCUENTO POR CONVENIO	TARIFA NETA
A	5%	MÁS DE 50%	45%	2.8%
B	5%	HASTA 50%	60%	2.0%

Tarifa Mínima Mensual Tarifa 8.B.2.1 y 8.B.2.2

Organización Empresarial	Moneda	Tarifa Mensual US$
Grandes y Medianas Empresas	US$ dólares americanos	100
Pequeñas Empresas	US$ dólares americanos	80
Micro Empresas	US$ dólares americanos	60
Páginas personales, espacios, artistas.	US$ dólares americanos	50

TARIFA MÍNIMA POR VISITAS

HASTA 10,000	US$ dólares americanos	0,0100 por visita
DE 10,001 A 50,000		0,0080 por visita
DE 50,001 A 100,000		0,0060 por visita
DE 100,001 A 500,000		0,0040 por visita
MÁS DE 500,001		0,0020 por visita

8.B.3	TARIFAS POR WEBCASTING INTERACTIVO	
8.B.3.1	TRANSMISIÓN DE VIDEOCLIPS MUSICALES SINCRONIZADOS EN PRODUCTOS AUDIOVISUALES INTERACTIVO (4)	
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	6.0%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos facturados por concepto de publicidad, auspicios, cuotas de abonados o suscriptores, alquiler de espacios, canjes, concesiones, subvenciones, pago por alojamiento de link, así como cualquier ingreso directo o indirecto que perciban los usuarios, siendo la presente enumeración enunciativa y no limitativa ni exhaustiva. En caso la página, aplicativo fuera gratuito pero sea ofrecido como parte de un paquete de contratación de telefonía, internet o cable coaxial o satelital, se deberá considerar como base para la aplicación de la tarifa un valor referencial del costo del aplicativo en el mercado.

CATEGORÍA	TARIFA BRUTA	% MÚSICA	DESCUENTO POR CONVENIO	TARIFA NETA
A	6%	MÁS DE 50%	45%	3.3%
B	6%	HASTA 50%	50%	3.0%

Tarifa Mínima Mensual para Tarifa 8.B.3.1

Organización Empresarial	Moneda	Tarifa Mensual US$
Grandes y Medianas Empresas	US$ dólares americanos	200
Pequeñas Empresas	US$ dólares americanos	150
Micro Empresas	US$ dólares americanos	100

TARIFA MÍNIMA POR VISITAS

HASTA 10,000	US$ dólares americanos	0,0200 por visita
DE 10,001 A 50,000		0,0180 por visita
DE 50,001 A 100,000		0,0160 por visita
DE 100,001 A 500,000		0,0140 por visita
MÁS DE 500,001		0,0120 por visita

Nota 1: Las formas de explotación, las condiciones de licenciamiento, limitaciones, penalidades, forma de cálculo de la tarifa, obligaciones de las partes, exclusiones pueden ser consultadas en la página de UNIMPRO y en el Reglamento General de Tarifas.
Nota 2: Las tarifas mínimas establecidas en el presente Anexo 8-B, serán aplicables por cada señal transmitida, retransmitida y/o emitida.
Nota 3: La Tarifa no incluye IGV y la tarifa mínima no está sujeta a ningún descuento.

ENTORNO DIGITAL

ANEXO 8-C

La tarifa contenida en el Anexo 8-C fue fruto de un acuerdo con gremio representativo del sector. Esta tarifa incluye fonogramas y videoclips musicales.

8.C.1	TARIFA DE TRANSMISIÓN SIMULTÁNEA E INALTERADA DE SEÑAL DE RADIODIFUSIÓN SONORA VÍA INTERNET (1)	
Tarifa Mensual	4%	Para la aplicación de esta tarifa antes mencionada se tomará en cuenta tanto los ingresos de publicidad generados por la difusión vía el simulcasting de la señal originalmente radiodifundida, como también los ingresos de publicidad generados en cada dominio o aplicativo licenciado relacionados al simulcasting (publicidad nativa).

ESCALONAMIENTO TARIFARIO AÑO 2025

CATEGORÍA / ESCALONAMIENTO	PRESENCIA MUSICAL	TARIFA BRUTA	DESCUENTO COMERCIALIZACIÓN Y VENTAS	CONTRATO	DESCUENTO CATEGORÍA	TARIFA NETA	TARIFA MÍNIMA US$
			30%	30%			
PRIMERA	76% a 100%	4.00%	2.80%	1.82%	3.00%	1.77%	75
SEGUNDA	50% a 75%	4.00%	2.80%	1.82%	10.24%	1.63%	75
TERCERA	21% a 49%	4.00%	2.80%	1.82%	28.00%	1.31%	75
CUARTA	6% a 20%	4.00%	2.80%	1.82%	78.00%	0.40%	40
QUINTA	Hasta 5%	4.00%	2.80%	1.82%	93.00%	0.13%	40

La Tarifa no incluye el Impuesto General a las Ventas.
La Tarifa Mínima se aplica en caso no existan ingresos o cuando luego del cálculo de la tarifa estos ingresos sean menores a la Tarifa Mínima establecida.
La Tarifa y la licencia no exclusiva se aplica por cada dominio así como por cada aplicativo.

8.C.2	TARIFAS POR WEBCASTING NO INTERACTIVO	
8.C.2.1	TARIFA POR WEBCASTING NO INTERACTIVO DE FONOGRAMAS MUSICALES Y VIDEOCLIPS MUSICALES PARA AMBIENTACIÓN DE PÁGINA WEB (2)	
Tarifa Mensual	8%	La base de cálculo de la tarifa se hará en función de los parámetros establecidos en la Nota 1

ESCALONAMIENTO TARIFARIO AÑO 2025

CATEGORÍA / ESCALONAMIENTO	PRESENCIA MUSICAL	TARIFA BRUTA	DESCUENTO COMERCIALIZACIÓN Y VENTAS	CONTRATO	DESCUENTO CATEGORÍA	TARIFA NETA	TARIFA MÍNIMA US$
			35%	30%			
PRIMERA	76% a 100%	8.00%	5.20%	3.64%	4.00%	3.49%	75
SEGUNDA	50% a 75%	8.00%	5.20%	3.64%	11.50%	3.22%	75
TERCERA	21% a 49%	8.00%	5.20%	3.64%	29.00%	2.58%	75
CUARTA	6% a 20%	8.00%	5.20%	3.64%	79.00%	0.76%	40
QUINTA	Hasta 5%	8.00%	5.20%	3.64%	94.00%	0.22%	40

La Tarifa no incluye el Impuesto General a las Ventas.
La Tarifa Mínima se aplica en caso no existan ingresos o cuando luego del cálculo de la tarifa estos ingresos sean menores a la tarifa mínima establecida y no está sujeta a descuentos.
La Tarifa y la licencia no exclusiva se aplica por cada dominio así como por cada aplicativo.

8.C.2.2	TARIFA POR WEBCASTING NO INTERACTIVO DE FONOGRAMAS MUSICALES Y VIDEOCLIPS MUSICALES PARA AMBIENTACIÓN DE PÁGINA WEB (3)	
Tarifa Mensual	10%	La base de cálculo de la tarifa se hará en función de los parámetros establecidos en la Nota 1

ESCALONAMIENTO TARIFARIO AÑO 2025

CATEGORÍA / ESCALONAMIENTO	PRESENCIA MUSICAL	TARIFA BRUTA	DESCUENTO COMERCIALIZACIÓN Y VENTAS	CONTRATO	DESCUENTO CATEGORÍA	TARIFA NETA	TARIFA MÍNIMA US$
			35%	30%			
PRIMERA	76% a 100%	10.00%	6.50%	4.55%	4.00%	4.37%	75
SEGUNDA	50% a 75%	10.00%	6.50%	4.55%	11.50%	4.03%	75
TERCERA	21% a 49%	10.00%	6.50%	4.55%	29.00%	3.23%	75
CUARTA	6% a 20%	10.00%	6.50%	4.55%	79.00%	0.96%	40
QUINTA	Hasta 5%	10.00%	6.50%	4.55%	94.00%	0.27%	40

La Tarifa no incluye el Impuesto General a las Ventas.
La Tarifa Mínima se aplica en caso no existan ingresos o cuando luego del cálculo de la tarifa estos ingresos sean menores a la tarifa mínima establecida y no está sujeta a descuentos.
La Tarifa y la licencia no exclusiva se aplica por cada dominio así como por cada aplicativo.

8.C.3	TARIFAS POR WEBCASTING INTERACTIVO	
8.C.3.1	TARIFA POR WEBCASTING INTERACTIVO DE FONOGRAMAS MUSICALES Y VIDEOCLIPS MUSICALES PARA AMBIENTACIÓN DE PÁGINA WEB (4)	
Tarifa Mensual	8%	La base de cálculo de la tarifa se hará en función de los parámetros establecidos en la Nota 1

ESCALONAMIENTO TARIFARIO AÑO 2025

CATEGORÍA / ESCALONAMIENTO	PRESENCIA MUSICAL	TARIFA BRUTA	DESCUENTO COMERCIALIZACIÓN Y VENTAS	CONTRATO	DESCUENTO CATEGORÍA	TARIFA NETA	TARIFA MÍNIMA US$
			40%	45%			
PRIMERA	76% a 100%	8.00%	4.80%	2.64%	4.00%	2.53%	75
SEGUNDA	50% a 75%	8.00%	4.80%	2.64%	11.50%	2.34%	75
TERCERA	21% a 49%	8.00%	4.80%	2.64%	29.00%	1.87%	75
CUARTA	6% a 20%	8.00%	4.80%	2.64%	79.00%	0.55%	40
QUINTA	Hasta 5%	8.00%	4.80%	2.64%	94.00%	0.16%	40

La Tarifa no incluye el Impuesto General a las Ventas.
La Tarifa Mínima se aplica en caso no existan ingresos o cuando luego del cálculo de la tarifa estos ingresos sean menores a la tarifa mínima establecida y no está sujeta a descuentos.
La Tarifa y la licencia no exclusiva se aplica por cada dominio así como por cada aplicativo.

8.C.3.2	TARIFA POR WEBCASTING INTERACTIVO DE FONOGRAMAS MUSICALES Y VIDEOCLIPS MUSICALES (4)	
Tarifa Mensual	12%	La base de cálculo de la tarifa se hará en función de los parámetros establecidos en la Nota 1

CATEGORÍA / ESCALONAMIENTO	PRESENCIA MUSICAL	TARIFA BRUTA	DESCUENTO COMERCIALIZACIÓN Y VENTAS	CONTRATO	DESCUENTO CATEGORÍA	TARIFA NETA	TARIFA MÍNIMA US$
			40%	45%			
PRIMERA	76% a 100%	12.00%	7.20%	3.96%	5.00%	3.76%	75
SEGUNDA	50% a 75%	12.00%	7.20%	3.96%	13.50%	3.47%	75
TERCERA	21% a 49%	12.00%	7.20%	3.96%	30.00%	2.77%	75
CUARTA	6% a 20%	12.00%	7.20%	3.96%	80.00%	0.79%	40
QUINTA	Hasta 5%	12.00%	7.20%	3.96%	95.00%	0.20%	40

La Tarifa no incluye el Impuesto General a las Ventas.
La Tarifa mínima se aplica en caso no existan ingresos o cuando luego del cálculo de la tarifa estos ingresos sean menores a la tarifa mínima establecida y no está sujeta a descuentos.
Nota 1: En el caso de Tarifas Mínimas, se aplicará la misma por cada señal emitida, retransmitida o puesta a disposición en caso el usuario tuviera más de una señal.
Nota 2: Las condiciones específicas de licenciamiento, usos, excepciones, limitaciones, penalidades o restricciones de uso se harán conforme a las condiciones generales acordadas contractualmente con el gremio representativo de este tipo de explotaciones.

TARIFA DE REPRODUCCIÓN Y ALMACENAMIENTO

ANEXO 9

9.A	TARIFA DE PRODUCCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE VIDEOCLIPS MUSICALES	
TARIFA PERIODICIDAD MENSUAL	10%	Corresponde a un porcentaje de los ingresos por la explotación del repertorio licenciado, de no contar con esta información UNIMPRO usará para el cálculo los ingresos de publicidad, auspicios, cuotas de abonados o suscriptores, alquiler de espacios, canjes, concesiones, subvenciones, pago por alojamiento de link, así como cualquier ingreso directo o indirecto que perciban el licenciatario vinculado a la explotación del repertorio licenciado, siendo la presente enumeración enunciativa y no limitativa ni exhaustiva. En caso la página, aplicativo fuera gratuito pero sea ofrecido como parte de un paquete de contratación de telefonía, internet o cable coaxial o satelital, se deberá considerar como base para la aplicación de la tarifa un valor referencial de mercado servicio similar.

TARIFAS MÍNIMAS:

Tarifa Mínima Fonogramas y videoclips musicales: 400 V.U.M

Si la reproducción o almacenamiento se realiza para usuarios de locales abiertos al público que se encuentren al día en sus pagos a UNIMPRO podrá aplicar la tarifa mínima de US $ 5.00 por cada local a ser musicalizado en el caso de fonogramas y US $ 3.00 adicionales en caso de videoclips musicales respectivamente.

Si la reproducción o almacenamiento se realiza para usuarios de buses y espacios afines que se encuentren al día en sus pagos a UNIMPRO se podrá aplicar la tarifa mínima será de 100 VUM por fonogramas y 100 VUM adicionales en caso de videoclips musicales.

LOS DEMÁS NUMERALES DEL REGLAMENTO GENERAL DE TARIFAS DE UNIMPRO QUE FUERAN PUBLICADOS EN SU OPORTUNIDAD Y SE ENCUENTRAN EN LA SIGUIENTE DIRECCIÓN ELECTRÓNICA HTTP://WWW.UNIMPRO.ORG NO HAN SUFRIDO MODIFICACIÓN ALGUNA

MILETT FIGUEROA

SE ACABÓ EL AMOR CON TINELLI

- Periodista argentino confirma ruptura entre modelo y conductor.
- Comunicado oficial sobre el rompimiento se hará público en los próximos días.

Omar Lozano.

¡Todo tiene su final! Antes de Año Nuevo, Marcelo Tinelli aseguró que todo "está bien" con Milett Figueroa, a quien esperaba para recibir el 2025 en Punta del Este, Uruguay, sin embargo eso no ocurrió.

Igualmente, se suman las declaraciones que hizo el presentador Ángel de Brito, amigo de Tinelli.

Resulta que De Brito asegura que Milett y Marcelo decidieron poner fin a su romance.

"Se separó Tinelli. Yo intuyo, conociendo a este hombre, que están separados. Desde Navidad me dice que Milett está por llegar (a Punta del Este). Antes del 31 me dijo 'está llegando', estamos a 3 de enero y todavía no llegó", expresó.

Refirió que Tinelli y Figueroa evitaron hablar del tema porque en los próximos días se estrena el reality *Los Tinelli* por Amazon Prime. Agregó que la relación de Milett con las hijas de Marcelo nunca fue buena.

NO LA INVITARON

"Están aguantando la oficialización de la ruptura hasta que salga el reality; ella es la villana del reality. Se pelea con Milett y las hijas la odian", agregó.

Pero eso no fue todo, ya que De Brito contó que Milett no recibió invitación para asistir a la presentación oficial del reality *Los Tinelli*, que se llevará a cabo el 13 de enero.

"El 13 se presenta la serie de *Los Tinelli*, pero a Milett Figueroa no le llegó la invitación todavía. En la presentación van a estar Tinelli y los hijos", aseveró Ángel de Brito.



LO QUE ERA UN SECRETO A VOCES, SE TERMINA POR CONFIRMAR.

Milett nunca viajó

Ángel de Brito mencionó que Milett nunca viajó a Punta del Este para recibir el 2025 con Marcelo, pues se quedó en Buenos Aires con su hermana. "Ella sigue en Buenos Aires, con su hermana. Pasó Año Nuevo acá, no en Perú, lo que levanta más las sospechas", refirió.

ANGIE Y JOTA

YA PLANEAN OTRO HIJO

- Ex chica reality afirma que tuvo conversación con su pareja sobre el tema.

¡Quieren aumentar la familia! Angie Arizaga y Jota Benz consolidaron su relación formando una familia con la llegada de su primer hijo juntos.

En este nuevo año, Jota Benz se animó a responder algunas preguntas de sus seguidores, que le consultaron sobre sus deseos de querer agrandar la familia. "¿Tienen pensado tener otro bebé?", fue la pregunta.

Sin embargo, sorprendió al asegurar que sí habló de este tema con su pareja, por lo que la posibilidad de tener un segundo hijo es bastante alta.

Pese a ello, pidió tiempo para disfrutar de su primer hijo. "¿Será? Sí lo hemos hablado, pero déjennos disfrutar a Matteo primero", expresó.

De esta manera, Jota Benz y Angie Arizaga siguen consolidándose como pareja y padres primerizos.

Como se sabe, la también locutora radial marcó distancia de los programas reality a raíz de su maternidad.



YA PIENSAN EN AGRANDAR LA FAMILIA.

ANA PAULA CONSORTE

"YA NO TENGO LA MISMA PACIENCIA PARA FINGIR"

✦ Garota se habría peleado con Paolo Guerrero.



¿Otra vez distanciados? Ana Paula Consorte continúa en Brasil después de haber viajado a su país natal con sus tres hijos, dos de ellos con Paolo Guerrero, para pasar con su familia las fiestas de fin de año.

A raíz de eso, la garota compartió un fuerte mensaje, que muchos consideran que hablaría de su actual relación con el conocido futbolista.

"Han habido tantas veces que he tenido que estirarme o apretarme para encajar en un espacio. Nuestro espacio en este mundo plural es tan único. Hoy ya no tengo la misma paciencia para fingir que me caigo. Solo quiero ser de mi talla y así yo misma sienta esa enormidad y usarla con respeto por lo que, constantemente, me estoy convirtiendo", refirió.

Además, la modelo ya no luce a Paolo en sus redes sociales ni descripciones de las fotos, por lo que se especula sobre la separación de la pareja. (O.L.)

MANOLO ROJAS

LISTO PARA FIRMAR

✦ Confía en seguir en El reventonazo de la chola.

En negociaciones se encuentra Manolo Rojas para seguir un año más en *El reventonazo de la chola*, donde es una de las figuras estelares junto con Fernando Armas.

"Yo estoy agradecido a Ernesto (Pimentel) por la confianza, soy honesto, espero seguir en el programa. Me llamaron para firmar, pero estamos en plenas negociaciones, confío que todo llegue a buen puerto", refirió el imitador.



TIENE 36 AÑOS DE VIDA ARTÍSTICA.

De otro lado, el reconocido comediante seguirá este año en *Los Chistosos* de RPP, junto con Hernán Vidaurre y Giovanna Castro.

MAGALY MEDINA

SE OLVIDA DE JESSICA Y VIAJA A ISLANDIA

✦ Conductora disfruta de sus vacaciones en Europa con su notario.

✦ No dice nada de lo que declaró sobre ella la ex reina de belleza.

Omar Lozano



¡No hace caso a su ex amiga! Pese a que Jessica Newton confesó durante una entrevista que todavía la considera una amiga, Magaly Medina prefiere no hacer caso a lo que dijo la ex reina de belleza y seguir disfrutando de sus vacaciones de ensueño por varios países de Europa.

La conductora estuvo recibiendo el 2025 en España junto con su esposo, el notario Alfredo Zambrano. Además, aprovechó para visitar varias ciudades emblemáticas como Madrid, Sevilla y Málaga.

Durante este viaje, la periodista no solo disfrutó de los maravillosos paisajes y la arquitectura europea, sino que también tuvo momentos de reencuentro y relax que compartió con sus seguidores a través de las redes sociales.

"Disfrutando de este viaje muchísimo. Temporada de naranjas en Sevilla. Aquí (Málaga) llegaba el oro proveniente del Imperio Inca", comentó la popular Urraca a través de Instagram.



RUMBO A ISLANDIA

Además, la figura de ATV partió rumbo a Ámsterdam, en los Países Bajos, como parte de su itinerario. Pero el punto más esperado del viaje es Reikiavik, en Islandia, donde la periodista tiene planeado disfrutar de un fenómeno natural que siempre soñó ver, las auroras boreales.

Con gran entusiasmo, Medina publicó la foto de sus pasaportes junto con los boletos de avión que la llevarán a cumplir su más grande sueño.

Finalmente, el recorrido también incluye tiempo para explorar la cultura y las tradiciones de cada lugar que visita junto con su notario.

Se divie

CON PA

En Málaga, Ma na y Alfredo Z reunieron con s tonio Pavón y s Sánchez. El enc lugar en Fuen compartieron u morable. Inclus se animó a ca la velada.

JEAN DEZA

NO PUEDE SALIR DEL PAÍS

- PJ le dicta impedimento por nueve meses.
- Es acusado de presunto intento de feminicidio contra modelo Gabriela Alava.



¡Ya no tiene escapatoria! El Poder Judicial dictó impedimento de salida del país por nueve meses para el futbolista Jean Deza, por presunto delito de tentativa de feminicidio en agravio de su ex pareja, Gabriela Alava.

"La Segunda Fiscalía Especializada en Violencia contra la Mujer de Lima Centro (Tercer Despacho) obtuvo la medida de impedimento de salida del país por nueve meses contra Jean Deza, por presunto delito de tentativa de feminicidio en agravio de G. A. F.", refiere el Ministerio Público a través de un comunicado en sus redes sociales.

La Segunda Fiscalía Especializada es la encargada de llevar a cabo la investigación contra el inubicable deportista y dispuso "recabar las declaraciones de la agraviada en cámara Gesell, del investigado y de testigos".

Recordemos que hasta el momento se desconoce el paradero del popular "Ratón", quien incluso optó por cerrar todas sus plataformas digitales, debido a los fuertes insultos que recibió por parte de los usuarios.

CUENTA CON 11 DENUNCIAS

Las denuncias de agresión física del futbolista Jean Deza contra sus ex parejas son recurrentes, lo que generó un completo rechazo al accionar del jugador en los últimos años.

Según la Defensoría del Pueblo, Jean Deza acumula 11 denuncias previas por violencia de género. Alava pidió a las autoridades garantías para su vida, tras la denuncia de agresión contra el ex volante de la selección peruana de fútbol.

Entre las mujeres que denunciaron públicamente a Deza por su comportamiento violento se encuentran las modelos Shirley Arica, Jossmery Toledo y Vanessa López. (O.L.)

rte
VÓN

igaly Medi-
ambrano se
u amigo An-
u pareja Joi
uentro tuvo
iroia, donde
na cena me-
o, el notario
itár durante

- Prensa cafetera dice que tiene información desde Lima. • UTC recuerda que técnico ya firmó por ese equipo.

EN COLOMBIA AFIRMAN QUE DT ES OPCIÓN PARA ASUMIR PERÚ

"BOLILLO" entraría por FOSSATI

En la Federación Peruana de Fútbol todavía están tratando de encontrar la solución para resolver el contrato de Jorge Fossati con la selección. Sin embargo, en Colombia cada día crece la versión de que el nuevo DT de la Blanquirroja sería Hernán "Bolillo" Gómez.

El entrenador cafetero ya tiene contrato con UTC de Cajamarca y en los próximos días debe venir al Perú a comenzar su gestión al frente del equipo crema.

Empero, según la web Antena 2 de Colombia, el "Bolillo" sería el elegido por la FPF para que sea el reemplazo del uruguayo Fossati, ya que tiene experiencia en diversos clubes y selecciones nacionales, lo que podría asegurar un trabajo serio y que haga revivir nuestras chances de llegar al Mundial 2026.

"Bolillo Gómez, a una firma de su nuevo equipo: asumirá selección de eliminatorias. El nombre del entrenador colombiano ha sonado en territorio inca como una de las opciones que tiene la Federación Peruana de Fútbol para el banquillo de la Bicolor", se lee en el portal mencionado.

NO VA A SER FÁCIL

Respecto al tema, el presidente de UTC, Joaquín Ramírez, se pronunció y dijo que si se da el caso, la FPF debe tratar con ellos el tema.

"La dirigencia de UTC tiene el compromiso de la firma ya del contrato de 'Bolillo' Gómez. El cuerpo técnico llegó, ya están acá, y él estará llegando el 8 o el 9 porque tiene una cita médica antes. Tiene contrato con nosotros, así que si es que eso se da (llegada a la selección peruana) en su momento la dirigencia de UTC tratará con la FPF", Advirtió.

Polo podría dejar la 'U'



■ Cuando faltan pocos días para su participación en la Serie Colombia 2025, Universitario recibió una noticia referida a uno de sus mejores futbolistas. Es que Andy Polo, uno de sus mejores elementos sino el mejor, está en la mira de clubes del extranjero y pronto podría emigrar y abrir una brecha en el cuadro crema.

Según fuentes bien informadas, Andy Polo estaría manejando dos propuestas. Una de un club de Brasil y la otra de un equipo de Europa. En este continente ya estuvo en 2013, ya que jugó unos meses en el equipo juvenil del Inter de Milán.

Polo tiene cláusula de salida en su contrato que vence a fines de año, por lo que no habría problemas en caso se llegue a un acuerdo con alguno de sus pretendientes del extranjero.

"Farioli fue dado de alta el 27 de diciembre"



■ En Argentina no solo los medios tomaron con humor la decisión de Alianza Lima de no fichar al volante Brian Farioli, sino que José Luis Martín, vicepresidente de Colón de Santa Fe, último club del mediocampista, hizo saber que le causa sorpresa la decisión del club íntimo.

Todo este lío se generó debido a que Farioli no pasó los exámenes médicos a que fue sometido por los médicos de Alianza Lima. "Brian Farioli fue dado de alta el 27 de diciembre, con una muy buena recuperación que hizo en el club. Es un futbolista muy profesional y, la verdad, fue una sorpresa lo que ocurrió en Perú", mencionó Martín desde su país. Al respecto, Farioli se defendió diciendo que estaba "10 puntos" y no entendía por qué fue descartado. Además, que estaría pensando en denunciar a Alianza Lima ante la FIFA.

CUEVA YA ENTRENA CON CIENCIANO

Llegó y no para cantar

Se apareció en Cusco cuatro días después que el resto del plantel.

Ya era hora. Christian Cueva llegó a Cusco y no para cantar. El ex seleccionado nacional bajó del avión y de inmediato se puso a las órdenes del comando técnico de Cienciano en la provincia de Anta, donde el equipo imperial realiza sus trabajos de pretemporada para su incursión en la Liga 1 de este año, que se inicia a fin de mes. El futbolista arribó a la Ciudad Imperial a las 6:30 de la mañana, y raudamente sin prestar declaraciones a la prensa abordó su vehículo con destino a la sede de concentración de su equipo, con el que jugará por segunda temporada consecutiva.


EL DÍSCOLO FUTBOLISTA HIZO VARIAS PRESENTACIONES MUSICALES.

De acuerdo a lo trascendido, Cueva tiene contrato vigente con el Papá por todo el 2025.

El deportista se integra a los entrenamientos cuatro días después de que el resto del plantel comenzara la pretemporada de la mano del entrenador Christian Díaz.

Cueva, el año pasado disputó con Cienciano ocho partidos, marcó un gol y no brindó asistencias.



Se agotaron las entradas

A través de sus redes sociales, Alianza Lima hizo saber que se agotaron las entradas para la denominada Tarde Blanquiazul que se realizará el domingo 12 de enero, a partir de las 4:30 p.m. en Matute. La ocasión servirá para la presentación del plantel íntimo a cargo del DT Néstor Gorosito contra el Emelec.

EN ALIANZA POR DECIR ES HINCHA DE LA 'U'

Jalan la oreja a Trauco

Desde el domingo se encuentra en Perú otra vez Miguel Trauco para pasar los exámenes médicos y firmar con Alianza Lima, tras culminar su contrato con el Criciúma de Brasil. El lateral de la selección peruana, ni bien bajó del avión, dijo que pese a que jugará por los blanquiazules, no dejará de ser hincha de Universitario, en el que estuvo antes de marcharse al extranjero varios años. En su conversación con los periodistas hizo saber, que le dolió no recibir un llamado del club de sus amores. Estas declaraciones, por cierto, no cayeron nada bien en Alianza Lima, rival de siempre de la 'U', por lo que no piensan dejar pasar por alto sus declaraciones. Según el periodista Manuel Menéndez, de Líbero, se instaló un malestar en la parte deportiva del cuadro íntimo con el ex jugador crema, a quien exigirán que maneje mejor su discurso y no se gane la bronca de la hinchada.






Tapia seguirá sin poder jugar

MADRID. El futbolista peruano Renato Tapia todavía estará ausente unos días más de la formación del Leganés en la Liga española, ya que aún no se recupera de su lesión en la rodilla, que ya lo privó de jugar varios encuentros de su equipo, como que tampoco estará contra Cartagena por la Copa del Rey.

SERÍA COMPAÑERO DE ADVÍNCULA

James entraría a Boca


ESTÁ LIBRE TRAS DEJAR EL RAYO.

BUENOS AIRES. La salida de James Rodríguez del Rayo Vallecano abrió aún más las puertas de Boca Juniors para el volante colombiano. Ya había rumores al respecto, sin embargo, ahora toma mayor fuerza la posible llegada del ex jugador de Real Madrid y convertirse en compañero, entre toros, del peruano Luis Advíncula. Como se sabe, el entrenador de Boca, Fernando Gago, dijo días atrás que necesita de un creativo para la temporada 2025, sabiendo que está en deuda con los hinchas y que su primer gran objetivo es poner al club en la fase de grupos de la Copa Libertadores. Por ahora, los medios argentinos y colombianos están afirmando que Rodríguez está cerca de firmar por Boca.

CONSIGUE LAS MEJORES RECETAS CASERAS PARA COMPARTIR EN FAMILIA: ¡NO TE LO PIERDAS!

Guiso de trigo: tradición, nutrición y sabor en un solo platillo



PUEDES ACOMPAÑARLO CON ARROZ GRANEADO Y UNA ENSALADA CRIOLLA.

Alannis Castañeda Saavedra

Tu diario favorito **el Popular** presenta su nueva edición de láminas coleccionables: **Menú económico** y recetas para negocio. En ella encontrarás gran variedad de recetas tradicionales y creativas al alcance de tu bolsillo.

Recuerda que es una receta diferente por día, así que no dejes pasar esta oportunidad y consíguelas todas; son más de 60 platos. ¡Te sorprenderán los resultados!

SAZÓN Y CALIDAD

El guiso de trigo es un plato tradicional en la cocina peruana y en otras culturas de América Latina, especialmente en las regiones rurales. Es un plato reconfortante y nutritivo, que aprovecha los ingredientes sencillos para crear una comida llena de sabor y tradición.

El trigo es el protagonista de este delicioso guiso, aportando una textura única que combina perfectamente con los demás ingredientes. ¡Te encantará!





Reportero ciudadano

Si quieres reportar un hecho delictivo que viste o del cual eres víctima, mándanos tu denuncia, pruebas o videos a nuestro WhatsApp: 941 000 000. Este número está disponible siempre y **el Popular** listo para investigar. ¡Confía en tu diario preferido!



HAZLO TÚ MISMO

Marionetas con calcetines











1. Para la boca, toma el círculo de cartulina, dóblalo por la mitad y pégalo con silicona. Esa será la boca de nuestra marioneta.
2. Para los ojos. Usa las bolas de tecnopor y pégalos con silicona en la parte superior de la media, encima pega los ojos móviles.
3. Agrega cabello. Para ello deberás cortar la lana en tiras para el cabello. Pégalas en la parte superior del calcetín, donde iría la cabeza.
4. Mete tu mano dentro del calcetín, mueve los dedos para que "hable" el títere y verifica que todo se encuentre bien pegado.
5. Ahora crea una historia y juega. Invita a tus amigos a realizar esta manualidad. Inventen personajes y jueguen juntos.

Materiales

- **Una media que no sea corta o tobillera.**
- **Tijeras (con la supervisión de un adulto).**
- **Silicona líquida o goma en barra.**
- **Hojas de colores o escarchadas.**
- **Lana del color de tu preferencia.**
- **Ojos móviles medianos.**
- **Círculo de cartulina.**
- **Dos bolas de tecnopor pequeñas.**



¿Sabías que?

Usar medias recicladas para hacer títeres no solo es una actividad divertida, sino también una manera maravillosa de enseñar a los niños sobre la importancia de reutilizar y cuidar el medio ambiente. Esas medias que ya no tienen par o están un poco desgastadas encuentran una segunda vida como personajes llenos de personalidad y encanto. Esta manualidad fomenta la creatividad al transformar algo simple en algo mágico.



A tener cuidado
Si eres obeso o tienes sobrepeso y factores de riesgo de las enfermedades del corazón, intenta bajar de peso. Puedes hacerlo comiendo menos calorías y haciendo más actividad física.



El dato
Calcula tu índice de masa corporal en la página www.nhlbi.nih.gov

Lo bueno de
Berros. Recomendable en casos de debilidad y anemia, está repleto de antioxidantes y contiene nitratos que mejoran la salud de los vasos sanguíneos.

PARA QUE TU FAMILIA Y TÚ TENGAN MEJORES HUESOS Y DIENTES

Alimentos con mayor cantidad de calcio

✚ Este mineral es importante para el cuerpo, sobre todo en etapa de crecimiento.

Zoraida Peña H.

El cuerpo necesita calcio para fortalecer los huesos y prevenir la osteoporosis. La mejor manera de recibir la cantidad adecuada de calcio es agregar productos lácteos a la alimentación. Si eres de las personas a las que no les gustan los lácteos o tienes intolerancia, estos alimentos te ayudarán.

Dátiles. 100 gramos de dátiles contienen 62 mg de calcio. Los dátiles están compuestos de una amplia gama de nutrientes esenciales: potasio, fibra y oligoelementos, entre otros.

Garbanzos. Tiene 145 mg de calcio por cada 100 gramos. Además, si se mantienen en remojo, el ácido fítico (antinutriente que dificulta la asimilación del calcio) se disolverá en el agua.

Espinacas. Este vegetal contiene cerca de 100 mg de calcio por cada 100 gramos de espinacas.

Sardinas. Este pescado está lleno de este mineral, exactamente contiene unos 382 mg por cada 100 gramos.

Igualmente, los frutos secos, los higos, las semillas, la naranja, los mariscos, los frejoles, entre otros, son grandes portadores de calcio.

EL CALCIO AYUDA AL CRECIMIENTO, DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO DE LOS HUESOS.

Comer bien

Angela Cornejo (*)

¿EXISTEN LOS CARBOHIDRATOS BUENOS Y MALOS?

Se suele pensar que existen carbohidratos buenos y malos. Relacionan a los carbohidratos simples como malos porque incluyen a los dulces y como buenos a los carbohidratos complejos que abarcan las verduras u otros alimentos saludables. Sin embargo, ambos son provechosos equilibrando cuánto y cómo consumirlos, ya que proporcionan la energía necesaria para un organismo saludable. Por ejemplo, muchas frutas son carbohidratos simples y proporcionan vitaminas, mientras que el arroz integral es un carbohidrato complejo que nos brinda energía y fibra. No obstante, consumir carbohidratos sin ningún valor nutricional, no aporta nada beneficioso a nuestro organismo.

* Nutricionista
IG: @abcdnutricion

COLECCIÓN: 2
Familia bien alimentada

Receta del Instituto Nacional de Salud

Pescado empanizado con quinua

INGREDIENTES

- 4 filetes de pescado.
- 1/3 de taza de quinua.
- 1/2 taza de harina.
- 2 huevos.
- 2 naranjas.
- Un limón.
- 3 cdas. de mantequilla.
- 2 cdtas. de ajo molido.
- 2 cdas. de azúcar.
- Una cda. de chuño.
- Sal y pimienta al gusto.
- Aceite vegetal.

PREPARACIÓN

Sancochar la quinua previamente remojada y reservar. Limpiar los filetes de pescado, condimentar con sal, pimienta y ajo, pasar por huevo, harina y la quinua sacochada y freír en aceite bien caliente.

En una olla o sartén mezclar jugo de naranja, jugo de limón, chuño disuelto en agua y mantequilla, remover hasta que espese y comience a hervir. Servir el pescado bañado con esta salsa y arroz.

Secreto del chef
Cuando hagas la salsa debes utilizar fuego bajo y no dejar de mover porque sino se formarán grumos o se pegará en el fondo.

TIPS TIPS TIPS

1 ¿CUÁNTO SODIO PUEDES CONSUMIR?

Los adolescentes de más de 14 años y los adultos sanos deben limitar el consumo de sodio a no más de 2300 mg al día (alrededor de una cdta. de sal). Algunos adultos, entre ellos los que tienen presión arterial alta, necesitan limitar el consumo de sodio a 1500 mg al día.



2 LAS MERIENDAS SALUDABLES

Durante las tardes de verano puedes darles a tus niños yogur semidescremado con frutas frescas sin ningún endulzante, hacer un jugo de frutas con yogur, mezclar frutas secas y nueces sin sal con canchita y un vaso de leche. Los niños pueden tomar media taza o una taza de jugo al día, según la edad que tengan.



3 SON MUY BUENOS PARA EL CORAZÓN

Consume alimentos que son buenos para el corazón como los que te recomendamos: pan de trigo integral al 100%, cereales para el desayuno que contengan granos integrales como la avena; leche descremada o semidescremada, pescado y mariscos, pechuga de pollo y de pavo sin pellejo.

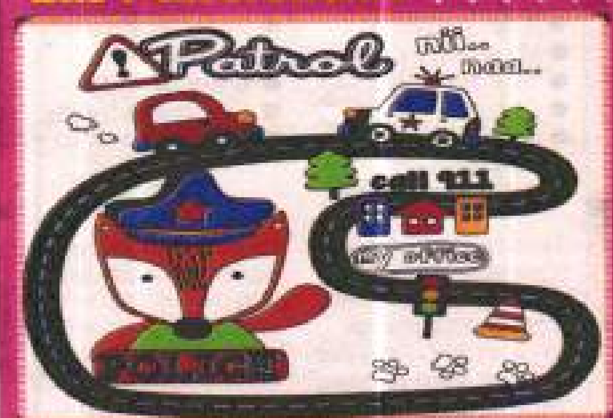


Gaturro



Las 7 diferencias







Estos dos dibujos parecen iguales pero no lo son. Fíjate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

chiste

¿Qué le dice un semáforo a otro?

—No me mires, me estoy cambiando.

acertijo

Redondas

¿Por qué las "ventanas" de los barcos son redondas?

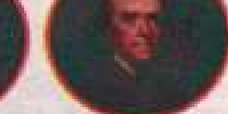
Sudoku

				6	3		2	
			5					9
	6		1	9			3	
5		3	8			6		1
	8			7			9	
7		6			1	4		8
	3			1	6		8	
9					7			
	5		4	2				

¿Quién lo dijo?

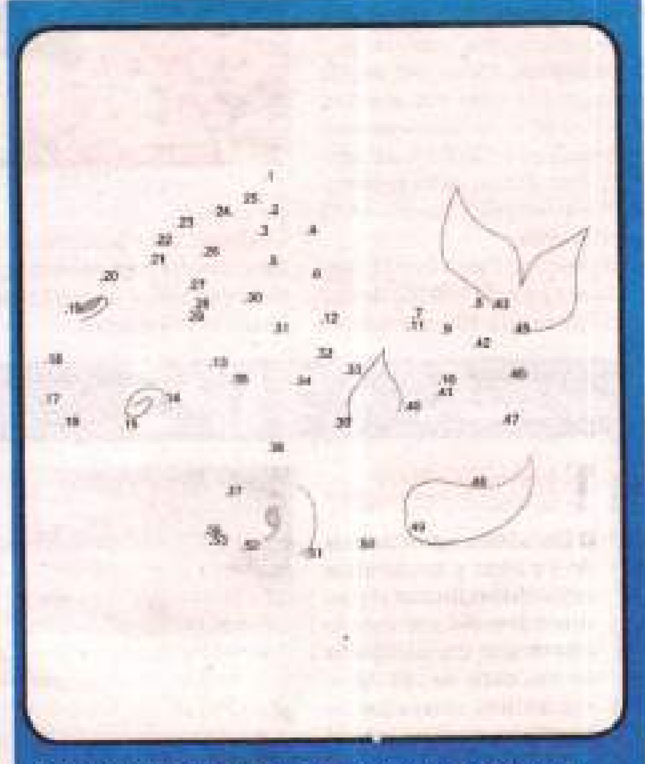
"Ningún hombre es lo bastante bueno para gobernar a otros sin su consentimiento."


George Washington


Thomas Jefferson

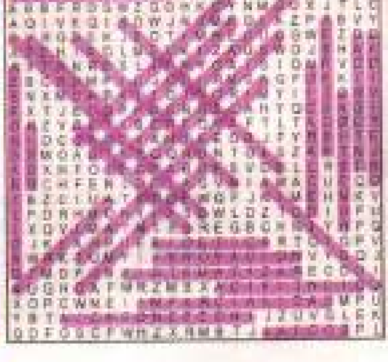

Abraham Lincoln

A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

Soluciones de ayer



2	1	8	6	5	4	7	3	9
3	5	7	9	8	1	6	4	2
9	6	4	3	2	7	5	8	1
5	9	2	4	3	6	1	7	8
4	3	1	8	7	2	9	6	5
8	7	6	5	1	9	4	2	3
7	4	3	2	9	5	8	1	6
1	8	9	7	6	3	2	5	4
6	2	5	1	4	8	3	9	7

El acertijo: Es capaz de mantenerse en un punto exacto del espacio, gracias a la rapidísima vibración de sus alas, que aletean a una velocidad de 90 veces por segundo, unas 5400 veces por minuto.

¿Quién lo dijo?:
Meryl Streep.

Sopa de letras

X	K	N	W	C	H	I	M	P	L	E	M	E	N	T	A	C	I	O	N	E	S	Y	M
A	F	Y	A	G	F	Z	J	P	T	W	N	V	S	L	E	B	Q	C	A	M	O	H	R
K	D	M	U	C	F	J	U	A	W	R	S	P	D	B	Y	A	E	C	T	O	M	N	I
V	P	G	Q	O	L	K	U	P	G	Q	N	R	X	C	I	V	I	O	B	R	O	Z	S
O	I	T	M	A	Y	O	R	B	E	R	E	C	E	F	I	T	W	J	P	I	J	X	B
C	N	T	R	E	K	F	S	U	G	C	Y	U	O	L	O	E	E	W	C	Z	O	C	R
S	E	L	A	I	C	N	E	T	O	P	O	S	W	B	A	T	M	C	T	G	P	S	C
I	V	Z	A	C	U	A	O	X	A	F	O	G	O	D	O	C	A	U	A	E	O	Z	B
T	J	W	I	M	I	Q	N	I	K	L	X	R	N	S	R	R	I	O	L	N	T	H	A
L	Z	F	C	S	P	T	Y	I	I	W	S	U	B	I	E	J	Q	O	J	A	K	G	D
H	Z	S	N	O	N	Q	E	F	S	V	L	N	W	T	T	M	O	P	N	K	R	Y	F
J	P	H	E	D	R	E	G	T	M	M	I	O	N	X	Z	I	B	A	V	A	D	L	I
G	Q	Y	I	A	F	A	U	D	N	X	O	I	E	S	K	Z	V	U	A	W	D	M	H
M	I	H	C	T	M	C	R	R	D	I	T	S	G	N	Z	F	U	A	S	J	Y	O	L
A	O	Q	N	S	A	W	R	T	A	O	S	B	P	S	I	S	T	E	M	A	G	T	S
Q	D	I	O	E	P	O	K	Z	I	L	S	F	D	M	T	H	E	T	N	E	M	B	I
U	A	G	C	V	Y	Y	D	P	N	F	E	K	H	A	N	A	M	U	H	V	R	O	L
I	E	F	U	T	E	I	M	M	U	Y	I	S	F	Q	I	A	R	E	B	P	K	H	N
N	R	Z	J	S	G	D	T	L	V	A	I	C	N	E	G	I	L	E	T	N	I	Y	O
A	C	Q	N	I	S	E	T	R	A	P	Z	M	I	F	E	O	S	T	D	N	A	X	H
B	Q	G	T	L	Z	R	U	Y	W	I	C	K	V	A	W	R	V	B	M	X	Y	E	U
N	Q	A	O	G	H	R	I	U	R	T	S	N	O	C	L	B	E	X	K	T	D	Z	A
P	L	J	R	S	H	I	C	C	O	R	R	E	L	A	T	O	S	G	O	V	Q	Z	E
Y	C	P	J	U	L	F	I	X	T	D	W	H	A	A	I	G	O	L	O	N	C	E	T

CONCIENCIA ARTIFICIAL

- ☐ ARTIFICIAL
- ☐ CAMPO
- ☐ CEREBRO
- ☐ COGNITIVA
- ☐ CONCIENCIA
- ☐ CONSTRUIR
- ☐ CORRELATOS
- ☐ CREADO
- ☐ DIGITAL
- ☐ EMULAR
- ☐ ESTADOS
- ☐ FILOSOFÍA
- ☐ HUMANA
- ☐ IMPLEMENTACIONES
- ☐ INTELIGENCIA
- ☐ INTERACCIÓN
- ☐ MÁQUINA
- ☐ MECANISMOS
- ☐ MENTE
- ☐ NEURALES
- ☐ OBJETO
- ☐ PARTES
- ☐ POTENCIALES
- ☐ RELACIOÑADO
- ☐ ROBÓTICA
- ☐ SINTÉTICA
- ☐ SISTEMA
- ☐ TECNOLOGÍA

Consultorio sentimental

Mi esposo quiere que deje de trabajar

DIANA (38). Doctora Cora, me casé hace cuatro meses con un hombre maravilloso. Todo iba bien en nuestra vida de esposos, hasta que se tocó el tema de tener hijos. Por mi parte, no me siento lista todavía; sin embargo, mi esposo insiste en formar una familia. Incluso sugirió que dejara mi empleo para la crianza del bebé.

Actualmente, me ascendieron a un cargo con mejor paga y beneficios, y no quiero renunciar a esta oportunidad. Mi pareja cree que es una decisión egoísta, pero yo no quiero ser una ama de casa. Deseo seguir trabajando y formar una familia cuando llegue el momento indicado.



RESPUESTA

Querida Diana, mantener una familia con hijos mientras una trabaja, no es ser egoísta. Todo lo contrario, demuestras valía y ejemplo para ellos. Lo que pide tu esposo es un comportamiento machista, por lo que debes dejar en claro tu posición. Si las peleas continúan, debes pedir ayuda. Suerte.

Dra. Cora Sonq | corazon@gmail.com

ASTROLOGÍA

Jhan Sandoval
Telf: 4450340/4728244
www.jhansandoval.com



ARIES: 21 mar. 20 abr.
Llega una buena noticia que traerá esperanza a tu vida laboral, recuperas tu fuerza y el deseo por seguir luchando. En el amor, esa persona desea aproximarse. No seas indiferente y escúchala.

TAURO: 21 abr. 21 may.
Contarás con el apoyo de alguien influyente, con su ayuda conseguirás todos los objetivos planeados. No perderás tiempo y tomarás iniciativas para resolver los problemas que afectan a tu relación.

GÉMINIS: 22 may. 21 jun.
Alguien podría señalarte como responsable de una mala gestión. Dialoga y todo podrá ser aclarado. Saca de tu mente pensamientos nostálgicos. Todo a tu alrededor ha mejorado, recuérdalo.

CÁNCER: 22 jun. 22 jul.
Aunque esa estrategia no te ha dado los resultados esperados, hoy buscarás asesoría y encontrarás apoyo importante. No pierdas la paciencia con las personas que realmente amas, contrólate.

LEO: 23 jul. 23 ago.
Surgirán algunas cancelaciones que podrían retrasar tu agenda, sé paciente y todo lo superarás. Queda atrás la angustia, vuelve esa seguridad que te caracteriza, te sentirás mucho mejor.

VIRGO: 24 ago. 23 set.
Una persona con gran conocimiento te ayudará a encontrar las soluciones que hace mucho buscabas. Estar a solas te ayudará a recuperar el equilibrio emocional que estabas perdiendo.

LIBRA: 24 set. 23 oct.
No desconfíes tanto de esa persona que pretende ayudarte, sus intenciones no son malas y necesita apoyo. Tomas distancia de una situación que ha sido frustrante en lo emocional, será lo mejor.

ESCORPIO: 24 oct. 22 nov.
Las constantes tensiones con un compañero te llevarían a pensar en soluciones radicales, contrólate y evita extremismos. Esa persona que parecía muy insegura se vuelve a acercar.

SAGITARIO: 23 nov. 21 dic.
Cederás a algunas condiciones para cerrar ese acuerdo que a la larga será muy conveniente para ti. Podrías resentirte por asuntos sin importancia, evita conflictos en tu vida sentimental.

CAPRICORNIO: 22 dic. 20 ene.
No estarías ordenando bien tus planes, pero hoy recibirás asesoramiento de alguien que te ayudará a organizarte. En el amor, te darás un tiempo para ver a la persona que amas. Lo disfrutarán.

ACUARIO: 21 ene. 19 feb.
No confíes asuntos importantes en personas poco responsables, solo así evitarás retrasos en tu labor. Identificarás apegos emocionales y trabajarás para recuperar libertad emocional.

PISCIS: 20 feb. 20 mar.
Cuidado, confiar en tu capacidad te haría tomar a la ligera una labor que requiere más análisis y observación. Te sorprenderá los cambios que está dando esa persona que parecía inmadura.



Miembro de una corporación municipal
'Dedo del pie' en inglés
Grupo femenino de cumbia, ... Bella
'Pera' en inglés
Río que discurre por Toscana, Italia
Ciclo, periodo
Tema de Marco Ruiz 'Te va a ...'
Nitrógeno
'Pitido' en inglés
Símbolo químico de aluminio
Personaje principal en 'La sirenita'
Filme con Naomi Watts, 'El ...'
'Ladrar' en inglés
Burla, ironía
Tortilla de maíz rellena de la cocina mexicana
Actriz en 'Mancora', ... Patiño
'Sociedad Anónima Abierta'
Tema de Isabel Pantoja, '... mi vida él'
Actor en 'Comando especial', ... Hill
Conserva, hojalata
Fue actor y director de cine italiano, Vittorio De ...
Superior de una abadía
Posada, hostal
Filme con Robin Williams 'La ... de las locas'
'Apartar' en inglés
Filme de Akira Kurosawa
Actriz en 'WandaVision', Elizabeth ...
Vano, inútil
Autobús, ómnibus
Cantaba 'Pídeme la luna'
Apócope de ciento
Futbolista francés, N'Golo ...
Tema del grupo Red, 'Al ... de América'
Aerolínea de El Salvador
Sexta nota musical
Fábrica de autos de Corea del Sur
Interjección telefónica
Tema de Christian Nodal, '... amor'
Actriz en 'Misterio', ... Villa-Lobos
Canta 'No te pido flores', Fanny ...
Artículo neutro
Herramienta para segar
Elemento químico de símbolo Ne
Famosa compañía circense 'Cirque du ...'
Primera nota musical
'Arroz' en francés
Idioma que se habla en Letonia
Tema de Jerry Rivera
Última letra del alfabeto griego
'Siete' en inglés
Tema de Duncan Dhu, 'Esos ... negros'
Tema de Jennifer López, '... ames'
Tema de Coti, 'Antes que ... el sol'
'Huevo' en inglés
Actor en 'Sol naciente', ... Connery

Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe 2818677 936098953 @perezalbela

Las nueces y la longevidad

Las nueces son un alimento esencial para promover la longevidad debido a su extraordinaria composición nutricional.

Se puede decir que son ricas en grasas saludables, especialmente ácidos grasos omega-3, antioxidantes, fibra y minerales esenciales como magnesio, zinc y selenio. Estos nutrientes no solo mejoran la salud general, sino que también protegen contra enfermedades crónicas como problemas cardiovasculares, diabetes tipo 2, ciertos tipos de cáncer y deterioro cognitivo. Además, las nueces combaten la inflamación crónica y el estrés oxidativo, dos factores clave en el proceso de envejecimiento.

Estudios de PREDIMED y de Harvard demostraron que consumir una porción diaria de 30-50 gramos de nueces (un puñado) reduce significativamente el riesgo de mortalidad prematura, mejorando la esperanza de vida. Las nueces estabilizan el azúcar en la sangre gracias a su bajo índice glucémico, reducen el colesterol LDL y aumentan el HDL, protegiendo las arterias y fortaleciendo el sistema cardiovascular. También contribuyen a la salud cerebral, previniendo el Alzheimer y otras enfermedades neurodegenerativas al mejorar la función cognitiva y combatir el daño celular.

Pueblos longevos como los habitantes de Ikaria (Grecia), Loma Linda (California) y Cerdeña (Italia) integraron las nueces en su alimentación diaria, aprovechando sus propiedades antioxidantes y antiinflamatorias. En estas comunidades, las nueces se consumen en ensaladas o como ingrediente en platos tradicionales, lo que contribuye a su salud y calidad de vida excepcional.

Incorporar nueces es una forma poderosa para prevenir enfermedades relacionadas con la edad y prolongar la vida.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 9:00 a.m. por Radio Felicidad
Bien de Salud: Sábados de 8:30 a.m. a 9:00 a.m. por Panamericana TV.

LA ÚLTIMA

LONDRES. Las fuertes nevadas en el norte del continente europeo provocaron importantes perturbaciones del tráfico aéreo en aeropuertos de Inglaterra el domingo, al tiempo que se cancelaron vuelos en Alemania y Países Bajos.



Cambian botellas de plástico por juguetes

SANTO DOMINGO. La capital de República Dominicana vivió el domingo una jornada para impulsar el reciclaje en vísperas de la festividad del Día de Reyes. Es que los niños se llevaron emocionados bicicletas y patinetas después de que sus familias entregaran enormes bolsas llenas de botellas plásticas. "Así llega la alegría a los hogares con padres que no tienen recursos", dijo María Cordero, maestra de escuela que hizo fila con sus tres hijos para llegar a los puestos de canje. Se recolectaron 3,7 millones de botellas, de acuerdo con la organización.